

# CONGRESO IBEROAMERICANO DE NUTRICIÓN

## ¿Nutrición basada en la videncia o en la evidencia?



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA



[www.renhyd.org](http://www.renhyd.org)



4 de JULIO de 2019

Conferencias Cortas  
Temática Libre IV

PONENCIA 2



### Estrategia para la Alimentación Escolar en Portugal: una propuesta

Alexandra Bento<sup>1,2,3,\*</sup>

<sup>1</sup>Orden de los Nutricionistas, Porto, Portugal. <sup>2</sup>Facultad de Biotecnología, Universidade Católica Portuguesa, Porto, Portugal. <sup>3</sup>Universidade Fernando Pessoa, Porto, Portugal.

\*[bastonaria@ordemdosnutricionistas.pt](mailto:bastonaria@ordemdosnutricionistas.pt)

En Portugal, el 25% de los niños y el 32,3% de los adolescentes tienen sobrepeso u obesidad (1). Más del 50% de los niños y adolescentes no cumplen con la recomendación del consumo de frutas y hortalizas (1) de la Organización Mundial de la Salud, teniendo este indicador una evolución negativa (2), y presentando altos porcentajes de inadecuación de la ingesta de sal (3,4), ácidos grasos saturados y de azúcar (1). La obesidad en niños y adolescentes se encuentra asociada a numerosas morbilidades y sus efectos más significativos en la salud serán notorios en la próxima generación, ya que la probabilidad de que la obesidad se mantenga en la vida adulta es superior al 40% (5).

La adquisición de hábitos alimenticios es influenciada por factores individuales y ambientales, así como por diversos sectores de la sociedad, incluyendo la escuela (6). De entre los determinantes de la ingesta alimentaria, la escuela es descrita

como un lugar privilegiado para la modulación de comportamientos alimentarios y para la promoción de la salud, ya que proporciona a los alumnos conocimientos y competencias para la adopción de comportamientos saludables, dado que los alumnos podrán hacer la mayor parte de sus comidas en ese lugar (6). En la actualidad, se verifica la existencia de normativas legales y referenciales estratégicos para la alimentación escolar cuya aplicación no ha sido monitoreada, así como la publicación de nuevos diplomas en respuesta a noticias transmitidas en la comunicación social que apuntan fragilidades en el suministro alimentario en las escuelas (7-9). El papel excesivamente reactivo del Estado en estas materias debe ser sustituido por una estrategia a largo plazo basada en la promoción de la salud, para que sea posible una evaluación efectiva de la alteración de los comportamientos alimentarios, indicadores significativos de ganancias en salud.

En este sentido, los autores presentan una propuesta de intervención en las comidas escolares en Portugal, con la inclusión de un nutricionista en la escuela, basada en dos principios fundamentales: la intervención a nivel de la comunidad escolar, la información y la formación correspondiente y la intervención a nivel del entorno de alimentos-escuela. El ambiente escolar, donde se incluye la oferta alimentaria en la cantina o comedor, bufetes y máquinas expendedoras, se evidencia como uno de los vectores de actuación fundamentales para la mejora de la calidad nutricional de la alimentación de los alumnos. En este sentido que se basa la propuesta de intervención en alimentación escolar en Portugal, que propone un par de medidas que modifican la oferta, bien como se basa en una estrategia basada en la promoción de la salud y de aplicación a largo plazo, incluyendo la integración de nutricionistas en las escuelas, para que sea posible la alteración efectiva de los comportamientos alimentarios, indicadores significativos de ganancias en salud (10).

## conflicto de intereses

La autora expresa que no existen conflictos de interés al redactar el manuscrito.

## referencias

- (1) Lopes C, Torres D, Oliveira A, Severo M, Alarcão V, Guiomar S, et al. Inquérito Alimentar Nacional e de Atividade Física. Universidade do Porto. 2017.
- (2) Matos MG, Simões C, Camacho I, Reis M, Equipa Aventura Social. A Saúde dos adolescentes Portugueses: Relatório do Estudo HBSC 2014. Aventura Social & Saúde; 2014.
- (3) Goncalves C, Monteiro S, Padrao P, Rocha A, Abreu S, Pinho O, et al. Salt reduction in vegetable soup does not affect saltiness intensity and liking in the elderly and children. Food & nutrition research. 2014; 58.
- (4) Correia-Costa L, Cosme D, Nogueira-Silva L, Morato M, Sousa T, Moura C, et al. Gender and obesity modify the impact of salt intake on blood pressure in children. Pediatric nephrology. 2016; 31(2): 279-88.
- (5) Freedman DS, Khan LK, Serdula MK, Dietz WH, Srinivasan SR, Berenson GS. The relation of childhood BMI to adult adiposity: the Bogalusa Heart Study. Pediatrics. 2005; 115(1): 22-7.
- (6) Centers of Disease Control and Prevention. School Health Guidelines to Promote Healthy Eating and Physical Activity. Recommendations and Reports, 2011; 60(5).
- (7) Ladeiras L, Lima R, Lopes A. Bufetes escolares—orientações. Lisbon: Ministério da Educação e Ciência—Direção-Geral da Educação; 2012.
- (8) Direção-Geral de Educação. Circular n.º 3097/DGE/2018 - Orientações sobre ementas e refeitórios escolares 2018. 2018.
- (9) Despacho n.º 10919/2017, de 13 de Dezembro - Cria o plano integrado de controlo da qualidade e quantidade das refeições servidas nos estabelecimentos públicos de ensino, (2017).
- (10) Bento A, Cordeiro T, Frias A, Salvador C, Dias D, Amaro LF, et al. Estratégia para a Alimentação Escolar em Portugal – uma proposta. Acta Portuguesa de Nutrição 2018; 13: 8-13.

## CONGRESO IBEROAMERICANO DE NUTRICIÓN

3-5 Julio  
Pamplona  
2019